کیمیایی، سیدعلی؛ صالحی فدردی، جواد؛ غفوری نسب، جواد (۱۳۹۴). اثر بخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج و مهارت‌های زندگی بر ملاک‌های همسرگزینی و هوش هیجانی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد. *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، *۵ (۱)*، ۵۱-۴۱.

اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج و مهارت‌های زندگی بر ملاک‌های همسرگزینی و هوش هیجانی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد

سیدعلی کیمیایی[۱]، جواد صالحی فدردی[۲]، جواد غفوری نسب[۳]

دریافت: ۱۳۹۲/۵/۲۶ پذیرش: ۱۳۹۳/۱۱/۸

چکیده

هدف از اجرای این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش مهارت های پیش از ازدواج و مهارت های زندگی بر بهبود ملاک های همسرگزینی و هوش هیجانی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد بود. نمونه پژوهش شامل ۸۰ نفر از دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد بود که۲۸ نفر آنها پسر و ۵۲ نفر دختر بودند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و گواه جایگزین شدند. شرکت کنندگان به مدت ۱۶ ساعت تحت آموزش مهارت های پیش از ازدواج و مهارت های زندگی قرار گرفتند.آزمودنی ها در ابتدا و انتهای دوره آموزشی، به پرسشنامه های هوش هیجانی بار-اون و ملاک های همسرگزینی پاسخ دادند. نتایج بدست آمده از تحلیل داده ها بیانگر این است که نه تنها بین هوش هیجانی و ملاک های محتوایی و فرایندی انتخاب همسر دانشجویان همبستگی مثبت وجود دارد بلکه آموزش های ارائه شده بر افزایش هوش هیجانی مؤثر بوده است ($p<۰/۰۱$). همچنین مشخص شد که آموزش های ارائه شده بر بهبود ملاک های همسرگزینی تأثیرگذار بوده است ($p<۰/۰۱$). بنابراین می توان گفت، آموزش مهارت های پیش از ازدواج و مهارت های زندگی نه تنها به تقویت هوش هیجانی می انجامد، بلکه با تعدیل ملاک های کمال گرایانه و بدبینانه در انتخاب همسر، افراد را در انتخاب مناسب ترین و نه بهترین همسر یاری می نماید.

کلیدواژه ها: *مهارت های زندگی ، مهارت های پیش از ازدواج ، ملاک های همسرگزینی، هوش هیجانی*

---

۱ . دکتری مشاوره. دانشیار دانشگاه فردوسی مشهد ، نویسنده مسول kimiaee@um.ac.ir

۲ . دکتری روانشناسی سلامت. دانشیار دانشگاه فردوسی مشهد. j.s.fadardi@um.ac.ir

۳ .کارشناس ارشد مشاوره خانواده. مشاور مرکز مشاوره دانشگاه فردوسی مشهد. Javad.Qafouri@outlook.com

مقدمه

ازدواج به عنوان آغازی بر تشکیل خانواده همواره مورد توجه صاحب نظران علوم انسانی و متخصصان مباحث مربوط به خانواده بوده و از این رو، یک رابطه انسانی پیچیده و بسیار ظریف است. از دلایل ازدواج می‌توان به عشق و محبت، داشتن شریک و همراه در زندگی، ارضاء نیازهای عاطفی و روانی و افزایش شادی و خشنودی اشاره داشت. هر فردی که قصد ازدواج دارد بر اساس ملاک‌هایی که در ذهن خود دارد به انتخاب فرد موردنظرش مبادرت می ورزد.

در رابطه با ملاک‌های انتخاب همسر نظریه‌های متعددی وجود دارد که یکی از این نظریه‌ها نظریه انتخاب تصادفیاست. بر این اساس انتخاب شریک زندگی همانند سایر تصمیمات اصلی زندگی فقط بر اساس تصادف اما در یک مجموعه محدود از افراد که عمدتاً شبیه به خود فرد هستند، صورت می گیرد (Liken & Telligent 1993). نظریه دیگر، دیدگاه همتا همسری است که بر اساس آن، افراد در انتخاب همسر عمدتاً به شباهت‌های موجود میان خودشان توجه می‌کنند. به نظر Baron & Baron (1997) همسانی بین دو فرد آنها را به سوی هم جذب می‌کند و موجب قوام و دوام پیوند آنها با هم می‌شود. در نهایت نظریه تکمیل کنندگی وجود دارد که ابتدا توسط Winch در سال ۱۹۵۸ مطرح شد، به نقل از Akbaridehkordi (2006) ازدواج‌هایی موفق هستند که در آن ملاک‌های انتخاب به درستی رعایت شده باشند و طرفین از ملاک‌های خود، آگاهی و تعریفی روشن داشته باشند. به عبارت دیگر طرفین بایستی در انتخاب احساس آزادی داشته، از بلوغ عقلی و فکری لازم برخوردار بوده و بتوانند بین عقل و احساس خود تعادل ایجاد کنند. Fathiashtiani, & Ahmadi (2005). به طور کلی عوامل مؤثر بر انتظارات زناشویی عبارتند از خانواده مبدأ، فرهنگ Reid (2003)، روند اجتماعی شدن و ساختار فرصت‌ها Harris & Lee (2007). با این وجود اکثر افراد دیدگاه‌های غیرواقع بینانه‌ای نسبت به زندگی زناشویی دارند و نتظار دارند که همسر آنها تمام خلاء‌هایی که در دوران قبل از ازدواج داشتند را بر طرف کند Mansfield (2007).آموزش‌های پیش از ازدواج یکی از راه های پایین آوردن انتظارات غیرواقع بینانه می‌باشد (Sharp & Ganeng, 2004).

رضایت فرد از ازدواجش می‌تواند زمینه ساز رضایت او از خانواده و زندگی و در سطح کلان‌تر، موجب سلامت جامعه باشد butler & Gardner (2003). برای رسیدن به این مهم بایستی انتخاب همسر مبتنی بر خودآگاهی صورت پذیرد. این معیار بیانگر آگاهی هیجانی فرد نسبت به عواطفش و تأثیرات آن، خودارزیابی صحیح و دقیق از محدودیت‌ها و نقاط قوت خود و اعتماد به نفس است. از جمله عوامل تأثیرگذار بر انتخاب‌های ما در مواقع گوناگون هوش هیجانی می‌باشد.

هوش هیجانی عبارتست از مجموعه‌ای از توانایی‌های شناختی و هیجانی به هم پیوسته (Salovay, Karouso & Siaronious, 2007; cited by Mohamadkhani & Bashqareh, 2007) که به فرد کمک می کنند تا با درک، ارزیابی و بیان دقیق هیجان‌ها، ازاحساساتی که افکار را تسهیل می‌کنند آگاهی یابند (مایر، سالووی[1]، کاروسو[2] و سیتارونیوس[3]، ۲۰۰۱، نقل از Vahidi &,Vahidi(2014). از طرف دیگر بار–اون[4] به عنوان یکی از پیشگامان این حوزه، هوش هیجانی را دسته‌ای از مهارت‌ها، استعدادها و توانایی‌های غیرشناختی می‌داند که توانایی موفقیت فرد را در مقابله با فشارها و اقتضاهای محیطی افزایش می‌دهد (baron، 2000). سالووی، بدل[5]، تیلور[6] و مایر (۱۹۹۹؛ به نقل از Hanna و Nikolas، 2003) معتقدند که افراد دارای هوش هیجانی بالا در برقراری ارتباط با دنیای پیرامون خود و مقابله با موقعیت‌های استرس زا موفق‌تر عمل می‌کنند. مفهوم هوش هیجانی به عنوان یک عامل سازمان دهنده برای تفکر و برنامه‌ریزی مربیان تعلیم و تربیت به اثبات رسیده است و به کوشش‌های پراکنده‌ای که به عنوان پیشگیری اولیه محسوب می‌شود، انسجام بخشیده و آنها را در یک دیدگاه متحد ارایه می‌دهد. در مورد اکتساب هوش هیجانی می‌توان گفت که یادگیری مهارت‌های هیجانی از منزل و با تعامل کودک – والد شروع می‌شود؛ بنابراین فرصت‌های یادگیری مهارت‌های هیجانی همیشه مساوی نیست (برادبری و گریوز، به نقل از Ebrahimi, 2007).

با توجه به اینکه دستیابی به سازگاری زناشویی مستلزم وجود مجموعه‌ای از آگاهی‌ها و اطلاعات در زمینه انتخاب همسر است، بنابراین ضرورت آموزش‌های پیش از ازدواج برای کمک به افراد جهت کسب آگاهی و مهارت لازم، احساس می‌شود (Omidvar & et al, 2008). کارآمد بودن آموزش‌های پیش از ازدواج توسط پژوهشگران مختلفی تأیید شده است (Khamseh, 2001; Sharp & Ganeng, 2004; Stanley & et al, 2006). همچنین اخیراً تحقیقات گسترده‌ای در خصوص اختلال در هوش هیجانی و اثرات آن بر کیفیت زندگی، موفقیت شغلی و تحصیلی، مقاومت در برابر استرس، سلامتی و کیفیت روابط اجتماعی و ازدواجی صورت گرفته است (Nelis & et al, 2009; Astin, Kevid & Johnson, 2009; Tile, 2007 citedby Mamey & Heidari, 2012; Vanroy, 2006; Sakolfsky & Eigan, 2005 cited by Mohamadkhani & Bashqareh, 2007).

اصولاً انسان برای زندگی اجتماعی خود به مهارت‌های متعددی نیازمند است که از آن جمله به مهارت‌های زندگی می‌توان اشاره کرد. مهارت‌های زندگی به زوجین کمک می‌کنند تافنون ارتباطی صحیح

---

1. Salovy
2. Karouso
3. Sitaronious
4. Bar-on
5. Bedel
6. Taylor

و درک متقابل خود را افزایش دهند (Lavasani, 2005). مهارت‌های زندگی در کنار ارتقای سازگاری افراد با خود، دیگران و محیط زندگی شان، به آنها می‌آموزد که در طول زندگی به ویژه در موقعیت‌های پرخطر چگونه عاقلانه و صحیح رفتار کنند (Lavasani, 2005). بنابراین هدف پژوهش حاضر بررسی میزان اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی و مهارت‌های پیش از ازدواج بر ملاک های همسرگزینی و هوش هیجانی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد بود.

جامعه آماری، حجم نمونه، روش انجام پژوهش

جامعه آماری عبارت بودند از کلیه دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد که پس از دادن فراخوان، از بین افراد ثبت نام کننده برای دوره آموزشی،۴۰ نفر به عنوان گروه آزمایش و ۴۰ نفر به عنوان گروه کنترل انتخاب شدند. ملاک اصلی برای انتخاب اعضای نمونه، پایین بودن بودن نمره هوش هیجانی و همچنین نمره پایین در ملاک های محتوایی و فرایندی پرسشنامه ملاک های همسر گزینی بود. همچنین اعضای نمونه از لحاظ جنسیت و سال ورود به دانشگاه نیز مورد همتاسازی قرار گرفتند. بدین صورت که در هر دو گروه تعداد خانم ها و آقایان بر اساس توزیع طبقه‌ای کنترل شد و همچنین تلاش شد تا نمونه‌گیری از بین دانشجویان سال‌های آخر دوره‌های کارشناسی و ارشد باشد. ملاک ورود به پژوهش نداشتن سابقه اختلالات روانی و نداشتن سابقه ازدواج بود که از طریق چک لیست ارزیابی کنترل شد. ابتدا هر دو گروه پرسشنامه‌های هوش هیجانی و ملاک‌های همسرگزینی را پاسخ دادند و سپس برنامه آموزشی طی دو روز کارگاه ۱۶ ساعته در زمینه‌های مهارت‌های زندگی و مهارت‌های پیش از ازدواج برای گروه آزمایش اجرا شد. در انتهای دوره هم آزمودنی ها مجدداً با ابزارهای معرفی شده مورد ارزیابی قرار گرفتند. به منظور رعایت اخلاق پژوهشی، به افراد گروه کنترل نیز در پایان دوره، آموزش‌های لازم ارائه شد. ابزارهای به کار رفته در این پژوهش عبارتند از:

۱- پرسشنامه هوش هیجانی بار – اون: این مقیاس برای اولین بار توسط بار – اون در سال ۱۹۸۰ تنظیم شد. مقیاس هوش هیجانی او دارای پنج مقیاس (مهارت های درون فردی، مقابله با فشار، سازگاری ، خلق وکار) و پانزده خرده مقیاس است. پاسخ‌های آزمون نیز در روی یک مقیاس ۵ درجه ای در طیف لیکرت (کاملا موافقم، موافقم، تا حدودی، مخالفم و کاملا مخالفم) تنظیم شده است.پایایی این آزمون به روش دو نیمه کردن ۰/۹۹ گزارش شده است. این پرسشنامه در ایران با آلفای کرونباخ ۰/۹۳ نرم شده است (Samoei & et al, 2005).

۲- پرسشنامه ملاک های همسرگزینی: یک پرسشنامه ۶۶ عبارتی که بر اساس مطالعه متون پژوهشی و نظری داخل و خارج کشور درباره همسرگزینی تهیه و تدوین شده است. عبارات پرسشنامه ۲ دسته ملاک محتوایی و فرایندی در همسرگزینی را مورد بررسی قرار می دهد. پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت به صورت نمرات ۱ تا ۵ برای «بسیار بی اهمیت» تا «بسیار مهم» با درنظر گرفتن دو موقعیت مهم «هنگام ازدواج» و «اکنون» نمره گذاری می‌شود. با توجه به چند ارزشی بودن پاسخ‌ها، با استفاده از فرمول آلفای کرونباخ اعتبار کل آزمون ۰/۸۸ و اعتبار پرسشنامه در بعد فرایندی ۰/۸۵ و در بعد محتوایی ۰/۷۴ محاسبه شد.با استفاده از روش تحلیل عاملی با روش مؤلفه های اصلی و چرخش واریماکس، روایی سازه پرسشنامه در دو عامل محتوایی و فرایندی، تبیین کننده ۰/۷۵ واریانس کل پرسشنامه است (Sanaeizaker, 2008).

یافته‌های پژوهشی

هدف از انجام این پژوهش بررسی میزان اثربخشی آموزش‌های مهارت‌های زندگی و مهارت‌های پیش از ازدواج بر ملاک‌های همسرگزینی و هوش هیجانی دانشجویان بود. در این بخش پس از بیان آمار توصیفی متغیرهای پژوهش، به بررسی فرضیه های پژوهش پرداخته شد.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد سن و توزیع شرکت کنندگان در پژوهش به تفکیک جنسیت و گروه

گروه		جنسیت		سن	
		فراوانی	درصد فراوانی	میانگین	انحراف استاندارد
کنترل	دختر	۲۳	۵۷	۲۲	۲/۵۵
	پسر	۱۷	۴۳	۲۶	۵/۰۹
آزمایش	دختر	۲۹	۷۲	۲۳	۲/۵۹
	پسر	۱۱	۲۸	۲۶	۵/۲

نتایج جدول ۱ بیانگر این است که ۵۷٪ شرکت کنندگان گروه کنترل دختر و ۴۳٪ پسر هستند و در گروه آزمایش نیز ۷۲٪ شرکت کنندگان دختر و ۲۸٪ پسر می باشند. همچنین میانگین سنی برای دختران در گروه کنترل (*SD=۲/۵۵ ،M=۲۲*) و پسران (*SD=۵/۰۹ ،M=۲۶*) و در گروه آزمایش برای دختران (*SD=۲/۵۹ ،M=۲۳*) و برای پسران (*SD=۵/۲ ، M=۲۶*) می باشد. جدول ۲ نشان دهنده میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش درهر دو گروه در پیش/پس‌آزمون است. همچنین نتایج آزمون بررسی نرمال بودن داده ها نیز ارائه شده است.

جدول۲. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش به تفکیک پیش آزمون و پس آزمون

متغیرها	گروه	پیش آزمون		پس آزمون	
		X	S_x	X	S_x
هوش هیجانی	کنترل	۲۵۷/۵۸	۱۶/۱۸	۲۵۷	۱۶
	آزمایشی	۲۶۰/۵۱	۱۴/۸۸	۲۷۶/۶۸	۱۱/۹۲
ملاک های فرایندی	کنترل	۴۲/۲۸	۵/۳۹	۴۱/۸۴	۵/۵۳
	آزمایشی	۴۳/۲۳	۳/۷۸	۵۲/۴۸	۴/۱۰
ملاک های محتوایی	کنترل	۴۵/۴	۴/۱۸	۴۵/۱۴	۴/۱۴
	آزمایشی	۴۷/۴۸	۳/۶۸	۴۹/۶	۴/۴۴

به منظور اطمینان از وجود رابطه علمی و خطی بین متغیرهای وابسته پژوهش ابتدا پژوهش گران به کمک ازمون همبستگی پیرسون رابطه بین هوش هیجانی و ملاک‌های محتوایی و فرایندی انتخاب همسر دانشجویان را مورد بررسی قرار دادند. نتایج بدست آمده در جدول ۳ قابل مشاهده است.

جدول۳. بررسی همبستگی بین هوش هیجانی و ملاک های محتوایی و ملاک های فرایندی

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	ضریب همبستگی	سطح معناداری	تعداد
هوش هیجانی	ملاک های فرایندی	۰/۵۸	۰/۰۰۰	۴۰
	ملاک های محتوایی	۰/۴۰	۰/۰۰۰	۴۰

نتایج ارائه شده در جدول ۳ نشان می دهد که رابطه مستقیم و معناداری بین هوش هیجانی و ملاک‌-های محتوایی ($P<0/001$، $r=0/40$) و ملاک‌های فرایندی ($P<0/001$، $r=0/58$) وجود دارد. برای بررسی تفاوت میانگین‌های دو گروه در پس آزمون، مناسب ترین آزمون تحلیل کوواریانس یک راهه می‌باشد. پیش از اجرای این آزمون، پیشفرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفت.

جدول ۴. نتایج بررسی پیشفرض های مربوط به اجرای تحلیل کوواریانس یک راهه

متغیرها	همگنی واریانس‌ها		همگنی شیب‌های رگرسیونی	
	لوین	سطح معناداری	F کوواریانس	سطح معناداری
هوش هیجانی	۵/۲۱	۰/۰۲	۱۵۰/۲۹	۰/۰۰۰
ملاک‌های فرایندی	۷/۶۱	۰/۰۱	۳۹/۷۳	۰/۰۰۰
ملاک‌های محتوایی	۸	۰/۰۱	۴۲/۳۲	۰/۰۰۰

به دلیل رعایت نشدن پیشفرض‌های تحلیل کوواریانس، از آزمون تی همبسته و تی مستقل برای بررسی فرضیه‌ها استفاده شد. نتایج بدست آمده برای گروه کنترل نشان دهنده معنادار نشدن تفاوت بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون برای گروه کنترل در هوش هیجانی ($P>0/05$، $t=1/126$) و ملاک‌های محتوایی ($P>0/05$، $t=1/908$) و ملاک‌های فرایندی ($P>0/05$، $t=1/066$) می باشد.

جدول ۵. نتایج آزمون تی همبسته برای گروه کنترل در متغیرهای هوش هیجانی

و ملاک‌های همسرگزینی برای گروه کنترل

متغیر	نمره t	درجه آزادی	معناداری
هوش هیجانی	۱/۱۲۶	۳۹	۰/۲۶۶
ملاک‌های محتوایی	۱/۹۰۸	۳۹	۰/۰۷
ملاک‌های فرایندی	۱/۰۶۶	۳۹	۰/۲۹۱

جدول ۶. نتایج آزمون تی همبسته برای گروه کنترل در متغیرهای هوش هیجانی و ملاک های همسرگزینی برای گروه آزمایش

متغیر	نمره t	درجه آزادی	معناداری
هوش هیجانی	۸/۶۴۷	۳۹	۰/۰۰۰
ملاک‌های محتوایی	۵/۸۹۸	۳۹	۰/۰۰۰
ملاک‌های فرایندی	۳/۴۲۶	۳۹	۰/۰۱

اما از سوی دیگر نتایج انجام آزمون تی همبسته برای گروه آزمایش نشان داد که تفاوت نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون متغیرهای پژوهش در گروه آزمایش معنادار شده است. بر این اساس متغیرهای هوش هیجانی ($P<۰/۰۰۱$، $t=۸/۶۴۷$)، ملاک‌های محتوایی ($P<۰/۰۰۱$، $t=۸/۸۹۸$) و ملاک‌های فرایندی ($P>۰/۰۵$، $t=۳/۴۲۶$) دارای تفاوت معناداری در میانگین نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون می‌باشند. برای بررسی اثربخشی آموزش‌های ارائه شده بر گروه آزمایش و همچنین مقایسه آن با گروه کنترل، تفاوت میانگین‌های متغیرهای پژوهش در پس‌آزمون و پیش‌آزمون در هر دو گروه با هم مقایسه شد. این کار از طریق آزمون تی مستقل انجام شد.

جدول ۷. نتایج آزمون تی مستقل برای مقایسه اختلاف نمرات پیش/پس آزمون متغیرهای پژوهش در گروه کنترل و آزمایش

متغیر	گروه	میانگین اختلاف پیش/پس آزمون	نمره t	درجه آزادی	معناداری
هوش هیجانی	کنترل	۰/۹۲	۸/۹۷	۷۸	۰/۰۰۰
	آزمایش	۲۱/۶۵			
ملاک‌های محتوایی	کنترل	۰/۱۵	۸/۷۶	۷۸	۰/۰۰۰
	آزمایش	۲/۶۵			
ملاک‌های فرایندی	کنترل	۰/۲۲	۳/۴۷	۷۸	۰/۰۰۱
	آزمایش	۷/۴۷			

با توجه به نتایج بدست آمره از اجرای آزمون تی مستقل مشاهده می‌شود که تفاوت میانگین اختلاف پیش/پس آزمون متغیرهای پژوهش در گروه کنترل و آزمایش معنادار شده است ($P<۰/۰۱$). بنابراین نتیجه گرفته می‌شود که آموزش‌های ارائه شده توانسته در بهبود ملاک‌های همسرگزینی و افزایش هوش هیجانی گروه آزمایش تأثیرگذار باشد.

نتیجه

هدف از انجام این پژوهش بررسی میزان اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج و مهارت‌های زندگی بر تقویت هوش هیجانی و ملاک‌های انتخاب همسر در دانشجویان بوده است. نتایج بدست آمده از تحلیل آماری حاکی از معنادار بودن اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج و مهارت‌هایزندگی بر افزایش هوش هیجانی و ملاک‌های انتخاب همسر و همچنین وجود رابطه مستقیم و معنادار بین هوش هیجانی و ملاک‌های محتوایی و فرایندی است.

هوش هیجانی مؤلفه‌ای است که نشانگر توانایی افراد در درک احساسات و افکار به صورت کامل و ارزیابی مسائل به صورتی کارآمد است؛ به طوری که افراد توانمندی مقابله با استرس‌ها و چالش‌ها را پیدا می‌کنند. از سوی دیگر مهارت‌های زندگی توانایی های روانی‌اجتماعی هستند برای رفتار انطباقی و مؤثر که افراد را قادر می‌سازد تا به طور مؤثری با ضروریات و چالش‌های زندگی روزمره مقابله کنند (WHO, 1997; cited by Yarmohamadivasel & et al, 2012). این توانایی‌ها افراد را قادر می‌سازد تا در رابطه با سایر انسان‌ها، جامعه، فرهنگ و محیط خود، مثبت و سازگارانه عمل کند و سلامت روانی خود را تأمین نماید (WHO, 1997; cited by Jahanimaleki & et al, 2010). پژوهش‌های انجام شده در داخل بیانگر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر افزایش مهارت‌های مقابله با استرس‌های زندگی است (Samari & Lae'lifaz, 2005) نتایج پژوهش‌های مختلف نشاندهنده این است که افراد دارای سطح مهارت زندگی بالا، درباره توانایی‌های خود نگرش مثبت تری برای رویارویی با مسائل مهم دارند. همچنین مهارت‌های زندگی موجب افزایش قدرت تصمیم گیری و توانایی مسأله‌گشایی و در نهایت افزایش سلامت روان می‌شود (Jahanimaleki & et al, 2010). نتایج بدست آمده توسط Keshavarzafshar & et al (2010) نیز بیانگر تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر بهبود الگوهای ارتباطی افراد است. مسأله‌ای که توسط Jakobsen (1997)، Bernstien & et al (1981)، Vinsent & et al (1990)، Shirali (2006) نیز تأیید شده است.

همچنین در این پژوهش به بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج و مهارت‌های زندگی بر بهبود ملاک‌های همسرگزینیپرداخته شد که نتایج بیانگر معنادار بودن و تأیید این فرضیه است.

نتایج بدست آمده در این پژوهش همسو با نتایج بدست آمده توسط Omidvar & et al (2008) است که دریافتند آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج تأثیر معناداری بر افزایش عملکرد افراد در انتخاب همسر نسبت به گروه گواه دارد.هم چنین Olson & Grovatt (1968) و Doval (1965) دریافتند که آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج در نگرش‌ها، انتظارات و ادارک‌های دانشجویان نسبت به ازدواج ایجاد می کنند.ملاک‌های محتوایی عبارتند از خصوصیات انتسابی که همراه فرد هستند. نتایج پژوهش نشان‌دهنده بهبود میانگین شرکت کنندگان در این ملاک است. بدین معنا که افراد شرکت کننده، پس از اتمام دوره آموزشی توجه بیشتری به ملاک‌هایی نظیر سن، تحصیلات و شغل داشته اند. توجه به این ملاک ها و تلاش برای ایجاد تفاهم در این زمینه‌ها می تواند تضمین کننده سازگاری زناشویی در آینده باشد. یافته‌های Fathiashtiani & Ahmadi (2003) تأییدی بر این مسأله می‌باشد. در مقابل ملاک‌های فرایندی عبارتند از کنش‌ها و فرایندهای سازماندهی کننده سیستم خانواده مانند مهارت‌های حل مسأله، عشق، مسئولیت‌پذیری و دیگر عوامل. همانطور که اشاره شد، آموزش مهارت‌های زندگی توانسته است موجب افزایش مهارت‌های مقابله‌ای و تصمیم گیری شود و این مسأله موجب افزایش میانگین دانشجویان در ملاک های فرایندی شده است. توجه به این دسته ملاک‌ها موجب افزایش توانمندی افراد در سازگاری زناشویی می شود. در ازدواج‌های موفق یکسری نیازهای روانی از جمله عشق و علاقه، مصاحبت و همراهی و تأمین امنیت برآورده می شوند (Fathiashtiani & Ahmadi, 2003). زوجین در زندگی خود، چه در آغاز و چه در ادامه روند زندگی، با تکالیف متعددی روبرو می شوند که بایستی در جهت حل و فصل کارآمد آنها تلاش کنند. این فرایند قابل آموزش است (Hosaini, 1998; Minuchin, 2009) و بایستی از طریق آموزش شیوه‌ها و مهارت‌های مختلف برای تفاهم با همسر انجام پذیرد.

در نتیجه پژوهش حاضر نه تنها بر اهمیت آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج و مهارت‌های زندگی در بین جوانان تأکید می کند، بلکه نشان می‌دهد این آموزش‌ها به تقویت هوش هیجانی کمک نموده و با تعدیل ملاک‌های کمال گرایانه و بدبینانه جوانان در انتخاب همسر، آنها را در انتخابی واقع بینانه مبنی بر یافتن مناسب ترین و نه بهترین شریک برای زندگی، در فرایند انتخاب همسر یاری می‌دهد.

References

Ali akbari dehkordi, M. (2006). Considering marriage factors in young females in Ahvaz. Journal of Shahed university. 14. 25. 24-33 (in Persian)

Baron.R. Bayron.D. (1997).social psychology. A Viacom company

Bradberi, T; Grievs, J. (2007). What is EQ and why it is most important then IQ? (Translated by: Hadi Ebrahimi). Tehran. Nasle no andish pub. (in Persian)

Butler,M.h; & Gardner,B.C. (2003). adapting enactments to couple reactivity:Five developmental stages.Journal of Marital and Family therapy,29,311-327.

Fathi ashtiani, A; Ahmadi, Kh.(2005). Considering seucced and unsucced marriages among collage students. Journal of knowledge behaviors. 11. 7. 9-11 (in Persian)

Harris, K. M., & Lee, H. (2007). The development of marriage expectations, attitudes,desire from adolescence into young adulthood. Unpublished master thesis,University of North Carolina

Hosaini, M. (1998). Marriage and family counseling. Tehran. Avaye nour pub [in Persian]

Jahani maleki, S; Sharifi, M; Jahani maleki, R; Nazari boulani, G. (2010). Relation among level of awareness about life skills with self-efficacy in students of Shahid beheshti university. Journal of new researches in psychology. 6. 22. 19-49 (in Persian)

Jones. G. D; Nelson. E. S.(1999). Exceptions of marriage among college students from intact and non-intact homes. Journal of divorce and remarriage. 26. 1. 171-189

Khamseh, A. (2001). Pre marriage training. Tehran. Women research house [in Persian]

Lykken,D.T. &Tellegen, A.(1993). Is human mating adventitious or the result of lawful choice? Journal of personality and social psychology.65.1.56-58

Mami, Sh; Vahidi, A. (2012). Relation among EQ and general intelligence with mental health of students of Ilam azad university. Journal of Human sciences researches. 4. 20. 59-76 [in Persian]

Mansfield, J. (2007). Unrealistic marital expectations [On-Line]. Available:www.lamorapsych.com/knowledgebase/entry.

Minuchin, S. (2001). Family and family therapy. (translated by; Baqersanaei). Tehran. Amirkabir pub (in Persian)

Mohamadkhani,Sh; Bashqareh, R. (2007). Emotional intelligence and coping styles as predictors of general health. Journal of research in psychological healthy. 2.1.37-48

Nelis, D.; Quoidbach, J.; Mikolajczak, M. &Hansenne M. (2009). Increasing emotional intelligence: (How) is it possible: journal of personality and Individual differences. P. 36-37.

Olson, D. H., & Gravatt, E. (1968). Attitude change in a functional marriage course. The Family Coordinator, 17(2), 99-104.

Olson. D. H; Gravatt. E.(1968). Attitude change in functional marriage course. The family coordinator. 17. 2. 99-104

Omidvar, B; Fatehizadeh, M; Ahmadi, A. (2008). Considering effectiveness of pre marital trainings on marital expectations in married students of Shiraz. Journal of researching in family. 5. 18. 231-246. (in Persian)

Quoidbach, J. &Hansenne, M. (2009). The impact of trait emotional intelligence on nursing team performance and cohesiveness. Journal of professional nursing, 25(1), 23-29.

Reid, J. M. (2003).You want me what? Family and Consumer Science [On-Line].Available: www.ohioline.osu.edu/flm.

Samari, A; Lali faz, A. (2004). Considering effectiveness of life skills trainings on family stresses and social acceptance. Journal of mental health priciples. 7. 25. 47-55 (in Persian)

Sharp, E.A; Ganeng , L.H.(2004). Raising awareness about marital expectations. Are unrealistic beliefs changed by integrative teaching? New haery C t:yale University press.

Stanley. S. M; Amato. P. R; Johnson. C. A; Markman. H. J.(2006). Premarital education, marital quality and marital stability: findings from a large random household survey. Journal of family psychology. 20. 1. 117-126

Vanroy, S. (2006). Emotional intelligence training and its effects on aggression in offender adolescents. Journal of personality. 37. P 68-70.

Yar mohamadi vasel; M; Narenji ha, H; Rafiei, H. (2009). To design and evaluating life skills inventory in substance abusers. Journal of social walfare. 10. 39. 151-177 (in Persian)